कवच एंव हवन विधि सहित

पूजा प्रकाशन

卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐

सर्व मनोकामना पूर्ण करने तथा रोग निवारण के लिए

गायत्री मन्त्र

गायत्री (माँ) के 24 स्वरूप, अर्थ, कवच, पूजन-हवन विधि, न्यास, चालीसा, आरती एवं हवन विधि सहित

(इस पुस्तक के द्वारा कोई भी व्यक्ति बिना पण्डित की सहायता से (माँ) गायत्री का स्मरण कर सकता है।)

सम्पादक एवं लेखक — पं. एन. शर्मा

प्रकाशक :-

पूजा प्रकाशन

(सदर स्टेशन के बराबर में मस्जिद के बाहर)

पुल कुतुब रोड, सदर बाजार, दिल्ली-110006

☎ 3626450, 3625241

मूल्य : 15 रुपये

卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐

卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐

विशेष नोट : इस पुस्तक का प्रयोग केवल वह ही व्यक्ति कर सकते हैं जो शराब, मांस-मछली, धुम्रपान इत्यादि का सेवन न करते हो अन्यथा इसके गम्भीर परिणाम मिलते हैं।

इस पुस्तक का प्रयोग सन्तान धर्म, आर्या समाज एवं स्वतन्त्र विचार के लोग अपने अनुकूल हित से प्रयोग कर सकते हैं।

प्रचार प्रसार में बाँटने वाले को यह पुस्तक कम से कम मूल्य पर दी जाएगी।

GAYATRI MANTRA

Published by :

POOJA PARKASHAN

卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐

हे देवी सावित्री! हे त्रिपदे! हे अजराअमर! हे परे से भी परे
हे अम्बिके, हे मां गायत्री आपको मैं प्रणाम करता हूं।

गायत्री ही कल्याण मार्ग है

सर्ववेदहि धतः सारी मंत्रोऽय समुहाहतः।
ब्रह्मादेवादि गायत्री परमात्मा समाहित॥

अर्थ : गायत्री मन्त्र को चारों वेदों के सार रूप में ग्रहण किया गया है। गायत्री ही ब्रह्मा आदि देवता है, इसे ईश्वर अथवा ईश्वरीय शक्तियों की संज्ञा भी दी जा सकती है।

इस श्लोक के अर्थ से आप इस बात को तो भली भाँति जान गये होंगे, गायत्री मन्त्र की शक्ति क्या है ? आज जिस माया जाल में फँसे हुए सुबह शाम तक जाने में या अनजाने में अनेकों पाप कर जाते हैं, और यह बात भूल जाते हैं कि इन पापों का दण्ड तो हमें किसी-न-किसी रूप में कहीं-न-कहीं तो जरूर मिलेगा।

आज जिसे भी देखो, इस माया जाल में फँसा हुआ मन की शान्ति को खो बैठा, अशान्त मन हर समय भटकता रहता है। चिन्ता के कारण वह अपने चारों ओर फैले सुखो को भी दुःखों में बदल लेता है।

इसका कारण क्या है ? मानव की अपनी अज्ञानता।

यदि मैं आपसे यह बात कहूँ कि इसी अज्ञानता के कारण ही करोड़ों लोग चिन्ता के सागर में डुबकियाँ लगा रहे हैं, तो यह झूठ नहीं है। ऐसा केवल इस अज्ञानता के कारण ही होता है।

ज्ञान प्रकाश है; ज्ञान ही कल्याण है; ज्ञान ही सुख शान्ति का प्रतीक है; ज्ञान से ही आप इन चिन्ताओं से मुक्त हो सकते हैं; ज्ञान से ही मनोकामना की पूर्ति होती है; और इस ज्ञान का मूल है, 'गायत्री मन्त्र' पाठ।

इस छोटी सी पुस्तक में मैंने जो गायत्री मन्त्र का पाठ, विधि, अनुसार आपको भेंट स्वरूप दिया है। इस पाठ से आपके सारे संकट दूर होंगे। मन को शन्ति प्राप्त होगी। आपकी मनोकामनाओं की पूर्ति होगी।

शान्ति पाठ, सुखों का पाठ है, ईश्वर के साथ मन लगाने का यह मार्ग ही सुखों का साधन है। इस पाठ द्वारा आपकी हर इच्छा पूरी होगी। यही मेरी कामना है।

अपने पाठकों का

पं. एन. शर्मा

गायत्री जप के नियम

गायत्री महामन्त्र जप करने के लिए सर्वप्रथम इस पाठ के लिए आवश्यकता पड़ती है, एकान्त स्थान की जो किसी जंगल, नदी के तट पर प्रातः या सायं में हो उसके आसपास तुलसी या पीपल का पेड़ हो एवं कुछ सामान्य नियमों का पालन अवश्य करना चाहिए। जिनका उल्लेख नीचे किया जा रहा है।

प्रातःकालीन कृत्य

प्रातःकाल ब्राह्म मूहुर्त में शोच-स्नानादि से निवृत्त होकर, स्वच्छ वस्त्र धारण करके गायत्री का जप करने के लिए बैठना चाहिए।

जप का स्थान

जप करने का स्थान एकान्त, शान्त स्वच्छ, हवादार तथा पवित्र होना आवश्यक है।

आसन

आसन कुछ या जूट का बना हुआ हो तो सर्वोत्तम है। रेशम, ऊन तथा घास-पात से निर्मित आसन भी अच्छे रहते हैं। चमड़े

के आसनों का प्रयोग तान्त्रिक-कर्मों में होता है। गायत्री-जप में चर्म के आसनों का व्यवहार नहीं करना चाहिए।

माला

तुलसी अथवा चन्दन की माला पर मन्त्र का जप करना उत्तम रहता है। माला के अभाव में हाथ की उंगलियों के पर्वों का भी उपयोग किया जा सकता है। कर-माला के जप का नियम इस प्रकार है—

अनामिका उंगली के मध्य भाग से लेकर कनिष्ठा उंगली के पोरुओं (पर्वों) पर होते हुए तर्जनी के मूल तक दस पोरुओं पर क्रमशः जप करना चाहिए। मध्यमा के जो दो पोरुए शेष रहें, उन्हें कर-माला का सुमेरु समझकर छोड़ देना चाहिए अर्थात् उनका उल्लंघन नहीं करना चाहिए।

दाएँ हाथ को उंगलियों पर दस मन्त्र जप कर बायें हाथ की अनामिका उंगली के मध्य भाग पर दहाई की एक संख्या का गिनना चाहिए। इसी प्रकार बायें हाथ की अनामिका उंगली के मध्य भाग से लेकर कनिष्ठा उंगली के पोरुओं पर होते हुए

तर्जनी के मूल तक दस पोरुओं पर क्रमशः दस बार गिनना चाहिए। इस प्रकार १०० संख्या हो जाती है। फिर आठ मन्त्र दायें हाथ पर पूर्वोक्त क्रम से और जप लेने चाहिए। कुल १०८ मन्त्र जपना चाहिए।

गायत्री के तान्त्रिक प्रयोगों में लाल चन्दन, शंख, मोती तथा रुद्राक्ष आदि की मालाओं का भी प्रयोग किया जाता है, परन्तु सामान्य जप में कर-माला, तुलसी की माला के अतिरिक्त अन्य किसी माला का उपयोग नहीं करना चाहिए।

सुमेरु

माला के सुमेरु का उल्लंघन नहीं करना चाहिए। अर्थात् मन्त्र का जप करते हुए जप माला पूरी हो जाए, तब सुमेरु को न लाँघकर माला के दानों को फिर सुमेरु के उल्टी ओर से फिराना आरंभ कर देना चाहिए।

जप की गिनती

मन्त्र जप की गिनती अवश्य रखनी चाहिए, क्योंकि बिना संख्या का जप 'आसुर जप' कहा जाता है।

जप के प्रकार

जप तीन प्रकार का होता है—१. वाचिक, २. उपांशु और ३. मानस।

जिसमें मन्त्राक्षरों का स्पष्ट उच्चारण हो, उसे '**वाचिक** जप कंहते हैं, जिसमें मन्त्र का स्पष्ट उच्चारण होते भी वाणी द्वारा दूसरों को स्पष्ट सुनाई न दे, केवल थोड़े-से **ओठ** हिलाकर ही सूक्ष्म उच्चारण से जो जप किया जाए, उसे '**उपांशु**' कहते हैं। मन-बुद्धि के द्वारा मन्त्र के प्रत्येक वर्ण, शब्द तथा अर्थ का चिन्तन करते हुए जो जप मन-ही-मन किया जाता है अर्थात् मनव का उच्चारण करने में होठ तक नहीं हिलते उसे '**मानस जप**' कहा जाता है। 'वाचक' से 'उपांशु' और 'उपांशु' से 'मानसिक जप' श्रेष्ठ कहा गया है।

जप की संख्या

ब्रह्मचारी तथा गृहस्थ को प्रतिदिन कम-से-कम १०८ गायत्री मन्त्र का जप करना चाहिए। वाण प्रस्थ तथा संन्यासी को तीनों

सन्ध्या काल में हर बार दो हजार से भी अधिक की संख्या में गायत्री मन्त्र का जप करना चाहिए।

बैठने का नियम

जप के समय पालथी मारकर बैठना चाहिए। यदि पद्मासन लगाकर बैठने से सुविधा हो तो वैसे बैठना चाहिए। बैठने के समय रीढ़ की हड्डी को एकदम सीधा रखना चाहिए। कमर झुकाकर नहीं बैठना चाहिए।

चित्त की एकाग्रता

जप के समय चित्त को शान्त तथा एकाग्र रखना चाहिए व इन्द्रियों को वश में रखना चाहिए। इधर-उधर की कोई बात नहीं सोचनी चाहिए।

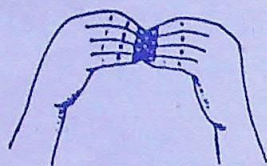
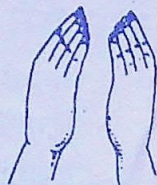
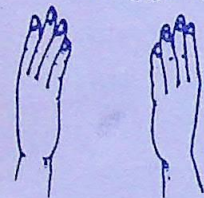
दिशा

प्रातः काल जप करते समय पूर्व दिशा की ओर मुँह करके बैठना चाहिए। मध्याह्न में ईशान कोण अथवा उत्तर दिशा की ओर मुँह करके बैठना तथा सायंकाल के समय पश्चिम की ओर मुँह करके बैठना भी प्रशस्त माना गया है।

गायत्री जाप के पूर्व की २४ मुद्रायें

सुमुखं सम्पुटं चैव विततं विस्तृतं तथा,
द्विमुखं त्रिमुखं चैव चतुष्पंच मुखं तथा।
षण्मुखाऽधोमुखं चैव व्यापकाञ्जलिकं तथा,
शकटं यमपाशं च ग्रन्थितं चोन्मुखोन्मुखम्।
प्रलंबं मुष्टिकं चैव मत्स्यः कूर्मो वराहकम्,
सिंहक्रान्तं महाक्रान्तं मुद्गरंपल्लवं तथा।
एता मुद्राश्चतुर्विंशज्जपादौ परिकीर्तिताः॥

आगे दिए हुए चित्रों को देखकर २४ मुद्रा करें—

१. सुमुखम्—दोनों हाथों की अंगुलियों को मोड़कर आपस में मिलायें। २. सम्पुटम्—दोनों हाथों को फुलाकर मिलायें। ३. वित्तम्—दोनों हथेलियों को परस्पर आमने-सामने करें। ४. विस्तृतम्—दोनों हाथों की अंगुलियाँ खोलकर हाथों को कुछ अधिक अलग करें। ५. द्विमुखम्—दोनों हाथों की कनिष्ठिका और अनामिका मिलायें। ६. त्रिमुखम्—दोनों मध्यमा को और

(१) सुमुखम् (२) सम्पुटम् (३) विततम्

(४) विस्तृतम् (५) द्विमुखम् (६) त्रिमुखम्

(७) चतुर्मुखम् (८) पञ्चमुखम् (९) षण्मुखम्

(१०) अधोमुखम्

(११) व्यापकाञ्जलिकम्

(१२) शटकम्

(१३) यमपाशम्

(१४) ग्रन्थितम्

(१५) उन्मुखोन्मुखम्

(१६) प्रलम्बम्

मिलायें। ७. चतुर्मुखम्—दोनों तर्जनी भी और मिलाये। ८. पंचमुखम्—दोनों अंगूठे भी और मिलायें। ९. षण्मुखम्—हाथ वैसे ही रखते हुये दोनों कनिष्ठिका खोलें। १०. अधोमुखम्—उल्टे हाथ की अंगुलियों को मोड़ तथा मिलाकर नीचे की ओर करें। ११. व्यापकाञ्जलिकम्—वैसे ही मिले हुये हाथों को शरीर की तरफ घुमाकर सीधा करें। १२. शटकम्—दोनों हाथों को उल्टाकर अंगूठे से अंगूठा मिला तर्जनियों को सीधा रख मुट्ठी बाँधे। १३. यमपाशम्—तर्जनी से तर्जनी बाँध दोनों मुट्ठी बाँधे। १४. ग्रन्थितम्—दोनों हाथों की पाँच अंगुलियों को आपस में बाँध लें। १५. उन्मुखोन्मुखम्—दोनों हाथों की पाँच अंगुलियों को मिलाकर पहिले बायें पर दाहिना फिर दाहिने पर बायाँ हाथ रखें। १६. प्रलम्बम्—अंगुलियों को थोड़ा मोड़ दोनों हाथों को उल्टा कर नीचे की ओर करें। १७. मुष्टिकम्—दोनों अंगूठे ऊपर रख दोनों मुट्ठी बाँध मिलायें। १८. मत्स्य—दाहिने हाथ की पीठ पर बायाँ हाथ रखकर दोनों अंगूठे मिलायें। १९. कूर्म—सीधे (चित्त) बायें हाथ की मध्यमा अनामिका तथा कनिष्ठिका मोड़ कर उल्टे दाहिने

(१७) मुष्टिकम्

(१८) मत्स्य

(१९) कूर्म

(२०) वराहकम्

(२१) सिंहाक्रान्तम्

(२२) महाक्रान्तम्

(२३) मुग्दरम

(२४) पल्लवम्

हाथ की मध्यमा अनामिका को उन तीनों अंगुलियों के नीचे देकर बाईं तर्जनी पर, दाहिनी कनिष्ठिका और अंगूठे पर दाहिनी तर्जनी रखें। २०. वराहकम्—दाहिनी तर्जनी को बायें अंगूठे से मिला, दोनों हाथों की अंगुलियों को आपस में बाँधें। २१. सिंहाक्रान्तम्—दोनों हाथों को कानों के पास करें। २२. महाक्रान्तम्—दोनों हाथों की अंगुलियों को कानों के सामने करें। २३. मुग्दरम—मुट्ठी बाँध दाहिने हाथ की कुहनी को बायें हाथ की हथेली पर। २४. पल्लवम्—दाहिने हाथ की अंगुलियों को मुँह के सामने हिलायें। इस प्रकार से २४ मुद्रायें चित्रों की सहायता से करनी चाहिये।

जप में व्यवधान का प्रायश्चित्त

जप काल में मल-मूत्र की शंका अथवा किसी अनिवार्य कारण से उठना आवश्यक ही हो जाए, तो दुबारा बैठते समय हाथ-मुँह धोकर बैठना चाहिए तथा जप में विघ्न के प्रायश्चित्त स्वरूप एक माला का अतिरिक्त जप करना चाहिए।

मानसिक जप का समय व विधि

जन्म-मृत्यु आदि के अशौच काल में केवल मानसिक जप

ही करना चाहिए। यात्रा, रोग अथवा संकट काल में भी केवल मानसिक जप करना ही ठीक रहता है। मानसिक जप प्रत्येक स्थिति, समय और अवस्था में किया जा सकता है।

जप करने की विधि

वस्त्रेणाच्छाद्य तु करं दक्षिणं यः सदा जपेत्।
तस्यास्यात्सफलं जाप्यं तद्धीनमफलं स्मृतम्॥ १॥
यज्ञरक्षः पिशाचाश्च सिद्धा विद्याधराः गणाः।
यस्मात् प्रभावं गहृणन्ति तस्माद् गुप्तं समाचरेत्॥ २॥
प्रातर्नाभौ करं कृत्वा मध्याह्ने हृदि संस्थितम्।
सायं जपेच्च नासाग्रे एष जप्यविधिः स्मृतः॥ ३॥

गोमुखी माला को दाहिने हाथ से जपना तथा माला को कपड़े से ढक कर जपना चाहिये। ऐसा न करने से जप के फल को यज्ञ, पिशाच, राक्षस आदि ले लेते हैं।

सुबह के समय हाथ नाभि के पास और मध्यान्ह में हृदय के पास तथा सायंकाल नासिका के पास हाथ रखकर जप करना उत्तम है।

प्रातर्मध्याह्नयोतिष्ठन् गायत्री-जप-मारभेत्।
ऊर्ध्वजानुस्तु सायाह्ने ध्यानालोकनतत्परः॥

हाथ को सीधा और उंगलियों को ऊपर की तरफ कर नाभि के समीप प्रातः और मध्यान्ह में हृदय के समीप और शाम को दाहिना घुटना ऊपर कर नासिका के समीप हाथ रखकर जप करना चाहिये।

जप के भेद

धीरे-धीरे बोलकर जपने को वाचिक जप तथा दूसरों को न सुनाई देने वाला उपांशु और जिह्वा और होठों को न हिलाते हुए सर्वश्रेष्ठ मानस जप कहलाता है। जप के समय काँपना, सोना, बीच में बोलना, माला का हाथ से छूट जाना आदि निषिद्ध है। बीच में बोलने के पश्चात् स्मरण कर फिर से जप प्रारम्भ करें।

स्नान भेद

गृहे चैक गुणः प्रोक्तो गोष्ठे शतगुणाः स्मृतः।
पुण्यारण्ये तथा तीर्थे सहस्रगुणमुच्यते॥
अयुतं पर्वते पुण्यं नद्यां लक्षगुणो जपः।
कोटिर्देवालये प्राप्ते अनन्तं शिवसन्निधौ॥

घर में जपने के एक गुणा, गौ के समीप्य में सौ गुणा, पवित्र बगीचे और तीर्थ में हजार गुण, नदी के तट पर लाख गुणा, देवालय में करोड़ गुणा और शिव के समीप में अनन्त गुणा जप का फल होता है।

जप की सफलता

यस्मिन्स्थाने जपं कृत्वा शक्रो हरति तज्जपम्।
तन्मृदा लक्ष्य कुर्वीत ललाटे तिलकाकृति॥

व्यास स्मृति के अनुसार आसन के नीचे की मृत्तिका का तिलक मस्तक पर जप के अन्म में लगाने पर जप सफल होता है। ऐसा न करने से जप का फल इन्द को प्राप्त होता है।

माला विधि

रुद्राक्षाः यस्य गात्रेषु ललाटे च त्रिपुण्डकम्।
स चाण्डालोऽपि संपूज्यः सर्ववर्णोत्तमा भवेत्॥

रुद्राक्ष की माला और मस्तक पर यज्ञ के भस्म का त्रिपुण्ड धारण करने वाला नीच जाति भी पूजनीय और वर्णोत्तम है।

तुलसी माला

तुलसीमालयायुक्तो ह्यन्नश्नन् जलं पिवन्।
अपिचेत्स दुराचारोविष्णुभक्तो न संशयः॥
तुलसीमालया युक्तोयस्तु प्राणाम् विमुञ्चति।
यमापि नेक्षितुं शक्ता युक्तं पापशतैरपि॥

दुराचारी भी तुलसी की माला कण्ठ में पहन कर अन्न खावे और पानी पीवे तो वह शुद्ध बुद्धि होकर विष्णु का भक्त हो जाता है। तुलसी की माला धारण किये हुए पापी पुरुष को प्राण त्याग करते समय यमराज नर्क नहीं ले जा सकता अर्थात् वह बैकुण्ठ का अधिकारी होता है।

माला वन्दना

ॐ महामाये महामाले सर्वशक्तिस्वरूपिणि।
चतुर्वर्गस्त्वयि न्यस्तस्मान् मे सिद्धिदा भव।
अध्विनं कुरु माले त्वं गृह्णामि दक्षिणे करे।
जपकाले च सिद्ध्यर्थं प्रसीद मम सिद्धये॥

माला का पूजन एवं उक्त मन्त्र से प्रार्थना कर माला से जप

करना चाहिये।

कर माला

> **अडगुल्यग्र च यज्जप्तं यज्जपतं मेरुलंघनात्।**
> **पर्वसन्धिषु यज्जप्तं तत्सर्वं निष्फलं भवेत्॥**

उंगली ने नख पास (अग्रभाग) और पूर्व की लखीर पर सुम्मेर को त्याग कर किया हुआ जप फलप्रद नहीं होता है। प्रदत्त चित्र के अनुसार जप को कर माला कहते हैं। मध्यमा उंगुली का मध्य एवं मूलपर्व सुमेरु है। दुबारा जपते समय अंगूठे को सुमेरु के नीचे से लाना चाहिये। इस प्रकार जपने से सौ बार जप होगा। शेष

नं. १ नं. २

आठ के चित्र दो की विधि से ८ बार जप १०८ की माला पूरी हो जाती है।

आहार-व्यवहार

उपासक को आहार-व्यवहार नियमित, शुद्ध तथा सात्विक रखना चाहिए। जप-काल में मांस, मछली, अण्डा, प्याज-लहसुन, मुर्गी, मद्य आदि तामसी तथा गरिष्ठ वस्तुओं का सेवन नहीं करना चाहिए। इसी प्रकार असत्य-भाषण, हिंसा, क्रोध, लोभ, मोह, आलस्य, प्रमाद आदि का भी त्याग कर देना चाहिए। अन्नाहार की अपेक्षा फलाहार अथवा दुग्धाहार अधिक उत्तम माना गया है।

अन्य कर्त्तव्य

१. जप अनुष्ठान के दिनों में सिर के बाल नहीं कटाने चाहिए, ठोडी के बाल अपने ह हाथ से बनाने चाहिए, उन्हें भी न बनाया जाए तो और भी अच्छा है। पृथ्वी पर शयन करना चाहिए। चमड़े के जूतों के स्थान पर खड़ाऊँ पहननी चाहिए तथा नंगे पाँव नहीं घूमना चाहिए। शरीर पर सदैव स्वच्छ वस्त्र धारण

करने चाहिए तथा अपने शरीर एवं वस्त्रों का दूसरों से कम-से-कम स्पर्श होने देना चाहिए।

२. माला को गोमुखी में डालकर अथवा कपड़े से ढककर जप करना उचित कहा गया है।

३. जप के समय अखण्ड धूप तथा दीपक का जलाना उत्तम रहा है, परन्तु प्रतिदिन के जप के लिए ऐसा करना आवश्यक नहीं है।

४. प्रातःकाल जप करने से पूर्व किसी खाने-पीने की वस्तु का सेवन नहीं करना चाहिए।

५. प्रतिदिन कम-से-कम एक घंटा और अधिक-से-अधिक तीन घंटे जप करना चाहिए। यदि एक साथ ही इतना समय न मिले तो दिन में इसके दो या तीन विभाग भी किये जा सकते हैं। प्रातः काल के अतिरिक्त मध्याह्न तथा सायंकाल में सूर्यास्त के एक घंटे बाद तक भी जप किया जा सकता है। रात्रि में जप नहीं करना चाहिए।

६. पूर्वोक्त विधि से बारह वर्ष तक गायत्री जप का क्रम निर्धारित

करना चाहिए। इस अवधि में सवा करोड़ गायत्री मन्त्र का जप हो जाना चाहिए। इसके फलस्वरूप मन निर्मल हो जाता है तथा सम्पूर्ण पाप नष्ट हो जाते हैं। इसी विधि से जो व्यक्ति २४ वर्ष तक साधन कर लेता है, वह समस्त सिद्धियों का स्वामी बन जाता है तथा ज्ञान-मार्ग में स्थिर होकर, अन्त में मुक्ति-पद प्राप्त करता है।

७. गायत्री जप के पश्चात् प्रतिदिन हवन करना चाहिए। यह हवन घर एवं मन को शान्ति तथा शुद्धि देता है।

८. गायत्री जप के साथ कवच, चालीसा व अन्य गायत्री का पाठ कर लें वह ज्यादा उचित है। यह पुस्तक अपनी जेब या पॉकेट्स में सदैव रखें, जहाँ समय मिले भिन्न-भिन्न देवी का जप अवश्य करें।

पूजा प्रकाशन

(सदर स्टेशन के बराबर में मस्जिद के बाहर)

पुल कुतुब रोड, सदर बाजार, दिल्ली-110006

☎ 3626450, 3625241

गायत्री महामन्त्र की महिमा और सार

ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहिः धियो यो नः प्रचोदयात्।

गायत्री मन्त्र के पहले जो भूर्भुवः स्वः; यह तीन व्याहृतियाँ हैं, उनकी महिमा भी वेदों में कही गई है। धनोग्य उपनिषद के चौथे अध्याय में यह प्रसंग आता है।

एक समय प्रजापति लोगों में सार वस्तु जानने के लिए पूरे संसार को वशीकरण के लिए घोर तप करने लगे।

इस तपस्या की शक्ति से उन्होंने पृथ्वी में अग्नि देव को, आकाश में वायु देव को स्वर्ग में सूर्य देव का सार देखा।

इस विजय के पश्चात् देवताओं ने फिर से जो तपस्या शुरू की तो—

अग्नि से ऋग्वेद को, वायु से यजुर्वेद को, सूर्य से सामवेद के सार को देखा।

देवताओं ने इन सबका अर्थ जानने के लिए एक बार फिर से तपस्या शुरू की।

ऋग्वेगद में भू को, यजुर्वेद में भुव को, सामवेद में से स्व को व्याहृती सार देखा।

इसलिए यह महाण्यां हृतियाँ लोकदेव और वेदों में सार वस्त है।

'भू' का अर्थ 'संत', 'भुव' का अर्थ 'मन', 'स्व' का अर्थ 'आनन्द'।

इन तीनों को मिलाकर सत्, चित्, आनन्द अर्थात् सचिदानन्द बनता है।

ब्रह्म रूप ईश्वर हुआ। जिसका स्पष्ट अर्थ शब्द सबको प्रकाश देता है। इसके मूल कारण में चित् रूप कहा जाता है। स्व जो सबको आनन्द देता है इसलिए इसे स्व: कहा जाता है।

बड़े का अर्थ महान है। जन सबके कारण का नाम है।

तप सब तेजों का नाम है।

तप है और सत्य सब दु:खों से मुक्त वाले को कहते हैं।

गायत्री महामन्त्र में आए हुए पदों का अर्थ–

'ततसवितुर'

'तत्' का अर्थ 'ब्रह्म' है।

और

'ॐ' 'तत्' 'सत्' यह तीन प्रकार के भेद बतलाए गए हैं। जिनमें ब्रह्म, वेद और यज्ञ तीन प्रकार के भेद है। जिनके बारे में आपको पहले से बता दिया गया है।

'तत्' शब्द का अर्थ ब्रह्म का ही संकेत देता है। जिसका अर्थ है। 'यज्ञ दान' तपस्या इत्यादि को जानने वाले ज्ञानी जन ईश्वर का प्रमुख जान लेना ही वे उपासना है।

'तत' शब्द का अर्थ पवित्र गीता से भी जुडा है। जिसका संकेत ज्ञान की ओर है। तत् ही ईश्वर है। तत् ही ज्ञान है, ईश्वर जो सर्वश्रेष्ठ है। उसकी ही पूरा संसार उपासना करता है। उसे जानने के लिए सब ही व्याकुल है।

'वरेण्यं'

इस शब्द का अर्थ है जिसे सब लोग चाहे सब लोग पूजा करें।

जो सबको ही शान्ति देता है सबको सुख देता है।

'भर्गो देवस्य धीमहि'

इसका अर्थ भगवान विष्णु से सम्बन्ध रखता है।

अर्थात्

तेज वाचक जो भर्ग है, उससे और ध्यान का अर्थ देने वाला।

'धीमहि' का अर्थ भगवान विष्णु का ध्यान है।

'प्रचोदयात्' जो प्रेरणा देता है। जो ध्यान को अपनी ओर खींचता है। यही ईश्वर है।

अब इस महामन्त्र को इस प्रकार से जाने की शब्द जो 'भू' पृथ्वी जो मानवजाति के जीने का कारण है। इसे ईश्वर 'भुव' कहा गया है—आकाश जो सबको प्रकाश देता है। जो पूरे संसार के सुखों का साधन है, उसी ईश्वर का नाम भुव है। स्वः स्वर्ग लोकः अर्थात् सबको आनन्द देने वाला। ईश्वर जो पूरा संसार का ध्यान रखता है।

'ततः ब्रह्म स्वरूप ईश्वर'

सवितुर—प्रभु को उत्पन्न करने वाला जो ऐश्वर्य को देता है।

वरेण्यं—उपासना योग्य जिसको सब ही चाहते हैं।

भर्गो—जो ज्ञान का प्रतीक है। जो पापों का विनाश कर धर्म की रक्षा करता है।

देवस्य—जिसने पापों के अधरों को मिटाकर हर आत्मा में ज्ञान की ज्योति जलाई है।

धीमहि—उसी का हम सब ध्यान करते हैं। उसी की उपासना करते हैं।

धियो—बुद्धि।

यो—जो महाशन्ति का स्वामी प्रभु है।

प्रचोदयात्—पाप से दूर रखो हे ईश्वर हम सदा आपकी ही उपासना करते हैं।

गायत्री मन्त्र

ऋग्वेद, यजुर्वेद, सामवेद, तैत्तिरीय संहित, मैत्रायणी संहिता, मानव गृह्यसूत्र, मैत्रेय ब्राह्मण, कौशतकी ब्राह्मण, दैवत ब्राह्मण, शतपथ ब्राह्मण, जैमिनीय उपनिषद, श्वेताश्वेतर उपनिषद, आपस्तम्ब श्रोतसूत्र, कौशोतकी गृह्यसूत्र, बौधायन धर्मशास्त्र,

मैत्रेय उपनिषद, वृहदारण्यक उपनिषद वराही उपनिषद, नारायणी उपनिषद, क्षौत्रसूत्र आदि ग्रन्थों में गायत्री मन्त्र का उल्लेख हुआ है। अनेक ग्रन्थों में इस मन्त्र का बारम्बार उल्लेख हुआ है। इसी से मन्त्र की महत्ता का अनुमान लगाया जा सकता है।

ऋग्वेद में २ बार, यजुर्वेद में ४ बार तथा सामवेद में १ बार गायत्री मन्त्र का उल्लेख हुआ है।

ऋग्वेद के अ. ४ व १० के तीसरे मण्डल के बासठवें सूक्त में तथा सामवेद के प्रपाठक ६ अध्याय १३ खण्ड ४ के दसवें सूक्त में चौबीस अक्षरों वाला गायत्री मन्त्र पाया जाता है। जो इस प्रकार है—

'तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि।
धियो योनः प्रचोदयात्।'

अर्थर्ववेद के 'सूर्योपनिषद्' में श्री गायत्री मन्त्र है। यजुर्वेद के तीसरे अध्याय में पैंतीसवाँ मन्त्र गायत्री मन्त्र है उसके आरम्भ में तीनों व्याहतियों का भी समावेश है यथा—

'भू भुर्व स्वः। ततसवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि।
धियो योनः प्रचोदयात्'

यजुर्वेद में वर्णित व्याहृतियुक्त गायत्री मन्त्र के आदि में प्रणव (ॐ) लगाकर गायत्री मन्त्र का जो स्वरूप बनता है, वह यह है—

'ॐ भू र्भुवः स्वः। ततसवितुर्वरेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि।
धियो योनः प्रचोदयात्।'

इस मन्त्र का प्रणव तथा व्याहृति युक्त गायत्री मन्त्र का जप करने का ही लोक में प्रचलन है।

दैनिक सन्ध्या में भी इसी गायत्री मन्त्र का जप किया जाता है। सब मन्त्रों के सर्वश्रेष्ठ इस एक गायत्री मन्त्र की उपासना से ही समस्त कामनाओं की पूर्ति होती है तथा भुक्ति-मुक्ति प्राप्त होती है।

गायत्री का अर्थ (गायत्री क्या है?)

'गायत्री' शब्द के शास्त्रकारों ने विभिन्न अर्थ किए हैं। ऐतरेय ब्राह्मण में 'गायत्री' शब्द का अर्थ इस प्रकार किया गया है—

'गयान् प्राणान् त्रायते सा गायत्री'

अर्थात् 'जो गय' (प्राणों) की रक्षा करती है, वह गायत्री है। इसी बात के, भारद्वाज ने भी कहा है—

'प्राणा गया इति प्रोक्तात्वायते तानथापिवा।'

अर्थात्—'गय' प्राणों को कहते हैं। जो प्राणों की रक्षा करे, वही 'गायत्री' है।

'वृहदारण्यक' में लिखा है—

'तद्यत्प्राणं त्रायते तस्माद् गायत्री।'

अर्थात्—जिससे प्राणों की रक्षा होती है, वह 'गायत्री' है।

याज्ञवल्क्य ने कहा है—

'गायत्री प्रोच्यते तस्माद् गायन्तां त्रायते ततः।'

अर्थात्—उसे 'गायत्री' इस लिए कहा जाता है कि वह प्राणों की रक्षा करती है।

इसी प्रकार शांकरभाष्य, अग्निपुराण, वशिष्ठ संहिता आदि ग्रन्थों में भी गायत्री को 'प्राणों की रक्षा करने वाली' कहा गया है।

गायत्री यथार्थ में स्त्री-रूपा कोई शरीर धारी नहीं है, यह पहले

ही बताया जा चुका है। वह परब्रह्म की पराशक्ति है और सम्पूर्ण जगत् के प्राणों की रक्षा तथा पालन करती है, इसलिए उस महाप्रकृति स्वरूपा परमामाया आदि शक्ति को आलकारिक रूप में स्त्री वाचक संज्ञा दी गई है। चूँकि पुरुष की अपेक्षा नारी में 'ममत्व' की अधिकता स्वभावत: पाई जाती है, इसलिए सम्पूर्ण सृष्टि पर अपना ममत्व बिखराने वाली मातृस्वरूपा 'गायत्री' को स्त्री संज्ञा से सम्बोधित किया गया है।

गायत्री मन्त्र का अर्थ

'गायत्री मन्त्र' के अर्थ के सम्बन्ध में विभिन्न विद्वानों के विभिन्न प्रकार के भाष्य उपलब्ध होते हैं। उनमें रावण, भारद्वाज, अगस्त्य, याज्ञवल्क्य, शंकराचार्य, महोधर, सायण, उत्वट, भट्टोजि दीक्षित आचार्यों के भाष्य बहुप्रसिद्ध है। इसी प्रकार ब्रह्मपुराण, स्कन्दपुराण, विष्णुधर्मोत्तर, प्रपंचसार आदि ग्रन्थों में भी गायत्री मन्त्र के विभिन्न प्रकार के अर्थ दिए गए हैं।

वर्तमान युग में सनातन-मतावलम्बी, आर्यसमाजी तथा स्वतन्त्र विचारकों ने गायत्री मन्त्र के जो अर्थ किए हैं, वे ही लोक में अधिक

प्रचलित हैं। पाठकों की जानकारी के लिए उक्त तीनों अर्थों को यहाँ पर उद्धृत किया जा रहा है—

सनातनधर्मावलम्बियों का गायत्री मन्त्रार्थ

ॐ—परमात्मा

भू—पृथ्वी

भुवः—अन्तरिक्ष

स्वः—स्वर्ग

तत्—वह

सवितुर—भगवान् सूर्य नारायण का

वरेण्यम्—उत्तम

भर्गो—तेज

देवस्य—देव का

धीमहि—ध्यान धरता हूँ

धियो—बुद्धि को

यो—जो

नः—हमारी

प्रचोदयात्—प्रेरित करें।

भावार्थ—हम तीनों लोकों को प्रकाशित करने वाले भगवान् सूर्य नारायण के उत्तमतेज का ध्यान करते हैं, वह हमारी बुद्धि को प्रेरित करे।

आर्यसमाजियों का गायत्री मन्त्रार्थ

ॐ—परमेश्वर

भू—प्राणों के रक्षक

भुवः—दुःख नाशक

स्वः—सुख स्वरूप

तत्—उस

सवितुर—तेजस्वी

वरेण्यम्—श्रेष्ठ

भर्गो—अज्ञाननाशक

देवस्य—दिव्य स्वरूप

धीमहि—धारण करें

धियो—बुद्धि को

यो—जो

नः—हमारी

प्रचोदयात्—प्रेरित करें।

भावार्थ—हम उस प्राणों के रक्षक, दुःख नाशक, सुख स्वरूप, परमात्मा के तेजस्वी, श्रेष्ठ, अज्ञाननाशक दिव्य स्वरूप को धारण करें जो हमारी बुद्धि को (सन्मार्ग में) प्रेरित करें।

स्वतन्त्र विचारकों का गायत्री मन्त्रार्थ

अन्वय पूर्वक पदच्छेद

"भूः। भुवः। स्वः। सवितुः। देवस्य। तत्। वरेण्यम्। भर्गः। धीमहिः। यः। नः। धियः। प्रचोदयात्।"

भू—प्राण

भुवः—अपान

स्वः—व्यान

तत्—उस

सवितुर्देवस्य—सवितादेव (आत्मदेव) के

वरेण्यम्—वरण करने योग्य

भर्गः—तेज को

धीमहि—धारण करें

यः—जो

नः—हमारी

धियः—बुद्धियों को

प्रचोदयात्—प्रेरित करता है।

भावार्थ—हम प्राण, अपान तथा व्यान वाले उस सविता देव (आत्मदेव) के वरण करने योग्य तेज को धारण करें, जो हमारी बुद्धियों को प्रेरित करता है।

उक्त तीनों अर्थों में तथा अन्य विद्वानों एवं शस्त्रकारों ने गायत्री मन्त्र के जो अलग-अलग अर्थ किए हैं, उनमें से कौन-सा ठीक है और कौन-सा ठीक नहीं है—इस विवाद में पड़ने की हमें आवश्यकता नहीं हैं। अपने-अपने मतानुसार सभी ने ठीक ही लिखा है। मन्त्र-साधक का कार्य तो केवल साधना करना है, मन्त्रों के शब्दार्थ पर विचार करना विद्वानों का काम है।

गायत्री मन्त्र के शब्दार्थ के विषय में विभिन्न मत होते हुए भी

एक बात पर सभी विद्वान सहमत हैं कि यह मन्त्र सब मन्त्रों का सिरमौर है और इसकी उपासना करने से साधक की समस्त कामनाएँ पूर्ण होती हैं। विद्वानों ने सर्वाधिक उपयोगी, लाभप्रद तथा आत्मोन्नति कारक बताया है। अत: अर्थ के विवाद में पड़े बिना साधकों को केवल इस मन्त्र की उपासना पर ही अपना ध्यान केन्द्रित करना चाहिए।

गायत्री जप कैसे करें?

जप करने के लिए यदि हम विधि का ध्यान नहीं करते तो हमारा जप वह फल नहीं देता जिसकी इच्छा हम करके चलते हैं, जैसा कि मैं माँ गायत्री के भक्तों को पहले भी बता चुका हूँ कि भक्ति के तार जब तक मन से नहीं जुड़ेंगे तब तक इसका फल नहीं मिलता।

गायत्री पाठ, गायत्री साधना, गायत्री जप यही सब मानव कल्याण के मार्ग हैं। इस माया रूप संसार में मानव जाति के लिए अनेकों प्रकार के पदार्थ जिस प्रकृति ने पैदा किए हैं। उसे मानव जाति का उपहार ही तो कहा जा सकता है।

ईश्वर जो इस संसार का जनम दाता है, उसका स्वरूप आपकी वेदों में देखने को मिलेगा और वेदों का प्रतिबिम्ब आपको पवित्र गायत्री पाठ में नजर आएगा।

माँ गायत्री, कमल रूपी हृदय में प्रकाश बनकर बसी हुई है। जिसका ज्ञान जन ध्यान करके प्राणायम करते हैं।

ईश्वर शिव सब सभी प्राणियों में श्रेष्ठ मान्य हैं, इसका भी ध्यान अपने कल्याण के लिये किया जाता है।

(क) सविता का सावित्री

अग्नि रेखा सविता पृथ्वी सावित्री

(स) यत्राग्नि स्तसु, पृथ्वी, यन्त्र का पृथ्वी

वत्रग्नि स्ते द्वे योनि, स्तदेकं मिथुन मया (?)

का सविता का सावित्री ?

वरुणु एव सवि साऽऽय सावित्री

यत्र वरुणुस्तदायो यत्र वा।

आपस्त द्वरुण स्ते, द्वे योनिस्तदेक मिथुनम्॥

सविता किसे कहते हैं ? और सावित्री किसे ?

पृथ्वी साविता है, अग्नि सावित्री, जहाँ पर अग्नि है वहीं पर पृथ्वी है, यह दोनों योनि संसार का जन्म दाता है, वे दोनों एक युग्म हैं।

सविता किसे कहते हैं ? सावित्री किसे ?

वरुण ही वही सविता है, और जल सावित्री और जहां वरुण देव है, वही जल है। दोनों ही इस संसार के उत्पत्तिकर्त्ता है। वे दोनों एक युग्म है।

सविता किसे कहते हैं और सावित्री किसे ?

वायु सविता है और आकाश सावित्री।

जहाँ वायु देव है और वहीं आकाश है। ये दोनों योनि हैं, दोनों ही युग्म हैं।

और इसी प्रकार से गर्जन करने वाले बादल सविता है और विद्युत सावित्री। ये दोनों भी एक योनि है।

और सूर्य सविता कहते हैं द्यू लोक सावित्री। जहाँ भी सूर्य देव है, वहाँ पर ही द्यू लोक भी है। ये दोनों योनि हैं। एक युग्म हैं।

चन्द्र देव को सविता कहा जाता है, और नक्षत्र लोक को

सावित्री। वे दोनों एक योनि हैं, एक युग्म हैं।

ठीक इसी प्रकार से मानव मन को सविता कहा गया है और वाणी सावित्री है।

जहाँ पर मन है वही वाणी है। दोनों एक युग्म है। दोनों योनि हैं।

और इस संसार में पुरुष को सविता कहा गया है, नारी को सावित्री।

तस्या ए (ब) प्रथम पादो, भूस्तत्स वितुर्व, रेण्यमित्यग्नि वे वरेण्यं मापो वर्रण्य चन्द्रमा वरेण्यम तस्या एवं एप द्वितीय पादो, भर्गमयोभुवो भर्गो देवस्य धीमहोत्यग्निर्वे भर्ग आदि व्योवे भर्गश्चन्द्रमा वै भर्ग, तृतीय पाद, स्वर्धियों योन प्रचोदयात। स्त्री चैव पुरुषश्च प्रजनयत।

अर्थ—सावित्री का पहला पद 'भू तत्सवितुर्वरेण्यम्' ही अग्नि जल व चन्द्रमा देवता ही वरेण्य है। सावित्री का दूसरा पाद है।

भुवः — भर्गो देवस्य धीमहिः — यह तेजोमय हैं। अग्नि सूर्य व चन्द्रमा देवता ही वह भर्ग तेज है। गायत्री तीसरा पाद है।

धियो यो नः प्रचोदयात्—इस स्त्री देवी को जो स्त्री और पुरुष गृहस्थ धर्म का पालन करते हुए समझते हैं।

वे सब मृत्यु से मुक्त होकर पुनः जन्म नहीं लेते।

बलाति बलयो विराट् पुरुष ऋषि

गायत्री छन्द, गायत्री देवता, बला, अतिबला नाम की दो विद्याओं के ऋषि विराट पुरुष हैं और उनका छन्द और देवता गायत्री है।

'ॐ' आकार बीज है और ॐकार शक्ति।

उनका 'म्' कार कीलक है। भूख की निवृत्ति के लिए उसका विनियोग हैं। कलों के माध्यम से इनका षडंगन्यास करना चाहिए जो कि इस प्रकार है—

देखें इस महामन्त्र को—

ॐ क्लीं हृदयाय नमः।
ॐ क्लीं शिरसे स्वाहा।
ॐ क्लीं हृध्याय नमः।
ॐ क्लीं शिरसे स्वाहा।
ॐ क्लीं शिखायै वषट्।

ॐ क्लीं कवचायं हुम्।

ॐ क्लीं नेत्रप्रयाय वैषट।

ॐ क्लीं अस्त्रायं फट्।

ध्यान वर्णन

मैं बला, अतिबला विद्याओं के देवताओं को सदैव अनुभव करता हूँ।

जो सूर्य के समान चमकते हुए शरीर वाले प्रणव स्वरूप किरणात्मक दैवी के साररूप पापों को समाप्त करने में दक्ष सब तरह की संजीवनी शक्तियों से अधिष्ठित है और जिनके हाथ, अमृत से भरे हुए हैं।

बला और अतिबला विद्याओं का मन्त्र इस प्रकार है—

ह्रीं क्लीं महादेव ह्रीं महाकाली क्लीं चतुर्विधि पुरुर्षाथ सिद्धि पदे तत्सवितुर्वर घृत्मिने।

इस महामन्त्र को जानने वाला तथा इसका पाठ करने वाला हर व्यक्ति सुख, शान्ति तथा धन प्राप्त कर लेता है, परन्तु इसके लिए पूजा विधि का पालन करना चाहिए।

गायत्री कवच

अस्य श्री गायत्री कवचस्य ब्रह्मा ऋषिर्गायत्रीच्छन्दो गायत्री देवता ओं भूः बीजम् भुवः शक्तिः स्वः कीलकम् गायत्री प्रीत्यर्थ जपे विनियोगः।

अथ ध्यानम्

पंचवक्त्रां दशभुजाँ सूर्यकोटि समप्रभाम्।
सावित्रीं ब्रह्मवरदां चन्द्रकोटिसुशीतलाम्॥
त्रिनेत्रां सितवक्त्रां च मक्ताहार विराजिताम्।
वरीयांकुशकशा हेमापात्राक्षमलिकाः॥
शंख, चक्राब्जयुगलम् कराभ्याँ दधतीं पराम्।
सितपंकजसंस्था च हंसारूढ़ाँ सुखस्मिताम्॥
ध्यात्वैवं मानासाम्भोजे गायत्रीं कवचं जपेत्।

ओं ब्रह्मोवाच

विश्वामित्र महाप्राज्ञ गायत्री कवचं श्रृणु।
यस्य विज्ञान मात्रेण त्रैलोक्यं वशयेत्क्षणात्॥ १॥

सावित्री में शिरः पातु शिखा याममृतेश्वरी।
ललाटं ब्रह्मदैवत्या भ्रुवौ मे पातु वैष्णवी॥ २॥
कर्णौ से पातु रुद्राणी सूर्या सावित्रिकाऽम्बिके।
गायत्री बदन पातु शरदा दशनच्छदौ॥ ३॥
द्विजान् यज्ञप्रिया पातु रसनायां सरस्वती।
सांख्यायनी नासिकां में कपोलौ चन्द्रहासिनौ॥ ४॥
चिबुकं वेदगर्भा च कण्ठ पात्वघनाशिनी।
स्तनौ मे पातु इन्द्राणि हृदयं ब्रह्मवादिनी॥ ५॥
उदरं विश्वभोक्त्री च नाभौ पातु सुरप्रिया।
जघनं नारसिही च पृष्ठ ब्रह्माण्डधारिणी॥ ६॥
पार्श्वौ में पातु पद्माक्षी गुह्य गोगोप्त्रिकाऽवतु।
ऊर्वोर्वोंकाररूपा च जान्वोः सध्यात्मिकाऽवतु॥ ७॥
जंघयो पातु अक्षोभ्या गुल्फयर्ब्रह्मशीर्षका।
सूर्यो पदद्वयं पातु चन्द्रो पादांगुलीषु च॥ ८॥
सर्वांग वेदजननी पातु मे सर्वदाऽनघा।
इत्येतत् कवचं ब्रह्मन् गायत्र्याः सर्वपावनम्।
पुण्यं पवित्रं पापघ्न सर्वरोग निवारणम्॥ ९॥

卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐卐

त्रिसन्ध्यं यः पठेद्विद्वान् सर्वान् कामानवाप्नुयात्।
सर्व शास्त्रार्थतत्वज्ञः स भवेद्वेदवित्तमः॥१०॥
सर्वयज्ञफलं प्राप्य ब्रह्मान्त समवाप्नुयात्।
प्राप्नोति जपमात्रेण पुरुषार्थ श्चतुर्विधान्॥११॥

गायत्री मन्त्र से लाभ

गायत्री की उपासना के दो मुख्य लाभ हैं—

१. यह सांसारिक सुखों को प्राप्त कराती है।

२. इसके द्वारा ब्रह्म-ज्ञान की प्राप्ति का मार्ग खुल जाता है।

मनुष्य से ज्ञान अथवा अज्ञान में अनेक प्रकार के दोष होते रहते हैं। उन सब दोषों का निवारण गायत्री के जप से हो जाता है। इसलिए मनुष्य को अपने दैनन्दिन दोषों की निवृत्ति के लिए प्रतिदिन गायत्री मन्त्र का जप करना चाहिए।

गायत्री मन्त्र का जप ब्रह्म इत्यादि सभी छोटे-बड़े पापों को नष्ट कर देता है, अन्य कोई भी जप पापों को इस मन्त्र की तरह नष्ट करने में समर्थ नहीं है, अतः गायत्री मन्त्र का जप करना ही सर्वोत्तम है।

गायत्री की उपासना से मनुष्य में सद्‌बुद्धि, सद् विचार तथा यद्धर्म का उदय होता है। उसमें आस्तिकता, धार्मिकता आदि सद्‌गुणों का समावेश होता है। गायत्री का उपासक श्रद्धा, भक्ति तथा ईश्वर पर पूर्ण आस्था से परिपूर्ण हो जाता है। उसे जीवन पर्यन्त विधि प्रकार के सुख प्राप्त होते हैं, सभी सत्कामनाएँ पूर्ण होता हैं तथा अन्त में शाश्वत परमपद प्राप्त होता है। इन सब कारणों से भी गायत्री की उपासना करना आवश्यक है।

गायत्री की उपासना से मनुष्य की ज्ञान-शक्ति तथा जीवनी-शक्ति में वृद्धि होती है। वह दैन्य, आधि-व्याधि, दुःख-शोक, रोग, चिन्ता, भय आदि से मुक्त हो जाता है। उसके ऊपर दैव्य-दानव, भूत, प्रेत, पिशाच, यक्ष, राक्षस तथा क्रूर ग्रहों का वश नहीं चलता। उसके सब प्रकार के विघ्न दूर हो जाते हैं।

गायत्री की उपासना से अपमृत्यु नहीं होती। यदि कभी कोई रोग हो भी जाए तो वह शीघ्र अच्छा हो जाता है, गायत्री का उपासक दीर्घायु, धनवान्, प्रतिष्ठित, यशस्वी तथा पुत्र-पौत्रवान होता है। वह धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष—इन चारों पदार्थों को प्राप्ति कर लेता है।

गायत्री होम

गायत्री पाठ सम्पूर्ण होने पर यदि आप विधि पूर्वक होम करते हैं तो मन की शान्ति और घरों में पूर्ण सुख का वातावरण बना रहता है।

होम प्रारम्भ करते समय पहले सूर्य तथा नवग्रहों की पूजा करके कलश की स्थापना करे और कलश स्थापन अन्त में अन्वाधान करें।

'चक्षुषी, आज्येन' इस आहुति के अन्त में सब देवताओं का ध्यान करके तिल की, चरु की सविता। सविता को चौबीस सहस्र आहुतियाँ दें।

गायत्री पूजन तथा होम विधि

सुबह के समय नहा-धोकर शुद्ध तन शुद्ध मन से आसन पर बैठें। गन्ध, पुष्प लेकर अस्त्र-मन्त्र (ऊीं-हूं फट) सारे घर को

पवित्र करें।

गायत्री मन्त्र पाठ करके शुद्ध वस्त्र धारण करें और काले चन्दन पर केसर कुन्द पुष्प अगर, चन्द आदि। शुद्ध धूप, शुद्ध धीमी ज्योति जलाकर नैवेद्य चढ़ाकर अंग तथा आवरण पूजा करें। माँ गायत्री को प्रसन्न करने की यही सबसे उपयोगी विधि है।

गायत्री जी के भक्तों से अब मेरी यह प्रार्थना है कि वे इस छोटी सी पुस्तक का पाठ पूर्ण विधि से करके अपनी सभी मनोकामनाओं को पूरा करने का प्रयास करें।

आज के लिए युग में पापों से बचने तथा ईश्वर से आशीर्वाद प्राप्त करने का गायत्री पाठ ही सब से सरल मार्ग है। इसीसे आपका कल्याण होगा। मन को शान्ति मिलेगी। जीवन के सभी सुख प्राप्त होंगे बिगड़े काम बनेंगे।

गायत्री पाठ सुबह, शाम दोनों समय पूरे परिवार को करना चाहिये। गायत्री ही कल्याण मार्ग है। गायत्री वेदों का अंश है। गायत्री पाठ से आप संसार के सभी सुख प्राप्त कर सकते हैं। आगे हवन (होम) की प्रक्रिया दी है वह विधि अनुसार करा करें।

दैनिक साधना एवं हवन

गायत्री की दैनिक साधना का संक्षिप्त क्रम इस प्रकार है—

पवित्रीकरण

सर्वप्रथम हाथ में जल लेकर निम्नलिखित मन्त्र का उच्चारण करते हुए अपने दाएँ हाथ से मस्तक तथा सम्पूर्ण शरीर पर छिड़कना चाहिए—

मन्त्र इस प्रकार है—

'ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थां गतोपिऽवा।
यः स्मरेत्पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः॥'

आचमन

इसके पश्चात् निम्नलिखित तीन मन्त्रों का उच्चारण करते हुए तीन बार आचमन करना चाहिए—

'ॐ अमृतोपस्तरणमसि स्वाहा।
ॐ अमृतापिधानमसि स्वाहा।
ॐ सत्यं यशः श्रीर्मयिः श्रीं श्रयतां स्वाहा।'

शिखा बन्धन

आचमन के उपरान्त निम्नलिखित मन्त्र का उच्चारण करते हुए शिखाएँ (चोटी) में गाँठ लगानी चाहिए—

'चिद्रूपिणि महामाये दिव्य तेजः समन्विते।
तिष्ठ् देवि शिखामध्ये तेजोवृद्धिं कुरुष्व मे॥'

प्राणायाम

इसके पश्चात् निम्नलिखित मन्त्र पढ़कर कम-से-कम एक बार प्राणायाम अवश्य करना चाहिए—

'ॐ भूः ॐ भुवः ॐ स्वः ॐ महः ॐ जनः ॐ तपः ॐ सत्यम्। ॐ भूर्भुवः स्वः। तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि। धियो योनः प्रचोदयात्। ॐ आयो ज्योति रसोऽमृतं ब्रह्म भूर्भुवः स्वः।'

प्राणायाम-विधि का वर्णन आगे 'सन्ध्योपासना' में किया गया है।

न्यास

इसके पश्चात् निम्नलिखित मन्त्रों का उच्चारण करते हुए अंग

न्यास करना चाहिए। न्यास मन्त्रों में शरीर के जिस अंग का नाम आया है, मन्त्रोच्चारण के पश्चात् अपने दाएँ हाथ के अंगूठे तथा अनामिका उंगली को मिलाकर—इससे उसी अंग का स्पर्श करना चाहिए और स्पर्श करते समय मन में यह भावना करनी चाहिए कि मेरे ये अंग पवित्र तथा शक्तिशाली हो रहे हैं। मन्त्र यह है—

'ॐ भूर्भुवः स्वः—मूर्धायै नमः।
तत्सवितुः—नेत्राभ्यां नमः।
वरेण्यं—कर्णाभ्यां नमः।
भर्गो—मुखाय नमः।
देवस्य—कण्ठाय नमः।
धीमहि—हृदयाय नमः।
धियो योनः—नाभ्यै नमः।
प्रचोदयात्—हस्तापादाभ्यां नमः।'

जप संख्या

प्रतिदिन कम-से-कम एक माला (१०८) गायत्री मन्त्र का जप अवश्य करना चाहिए। अधिक जपने की सुविधा हो तो ३, ५,

७, ९, ११ इस प्रकार विषम संख्या में मालाओं का जप करना चाहिए।

हवन की विधि

जप पूरा हो जाने के बाद जो लोग हवन करने के इच्छुक हों, उन्हें निम्नलिखित विधि से हवन करना चाहिए।

रक्षा-विधान

सर्वप्रथम आत्म-रक्षा तथा यज्ञ की रक्षा के लिए रक्षा-विधान करना चाहिए। रक्षा-विधान के लिए हाथ में जल, सरसों अथवा चावलों को लेकर उन्हें निम्नलिखित मन्त्रों का उच्चारण करते हुए दशों दिशाओं में फेंकना चाहिए—

'ॐ पूर्वे रक्षतु वाराहः आग्नेयां गरुड़ध्वजः।
दक्षिण पद्मनाभस्तु नैर्ऋत्यां मधुसूदनः।
पश्चिमे चैव गोबिन्दो वामध्यांतु जनार्दनः।
उत्तरे श्रीपति रक्षेदैशान्यां हि महेश्वरः॥
उर्ध्व रक्षतु धाता वो ह्यधोऽनन्तश्च रक्षतु।
अनुक्तमति यत् स्थानं रणत्वीशोममाद्रिधृक्॥

अपसर्पन्तु ये भूता ये भूता भुवि संस्थिताः।
ये भूता विघ्न कर्त्तारस्ते गच्छन्तु शिवाज्ञया॥
अपक्रामन्तु भूतानि पिशाचाः सर्वतो दिशम्।
सर्वेषामविरोधेन यज्ञ कर्म समारभे।'

अग्निस्थापन

रक्षा-विधान के उपरान्त निम्नलिखित मन्त्र का उच्चारण करते हुए हवन-कुण्ड में अग्नि स्थापित करनी चाहिए—

'ॐ भूर्भुवः स्वर्द्यौरिव भूम्ना पृथिवीव वरिम्णा। तस्यास्ते पृथिवि देवयजनि पृष्टेऽग्निंमन्नादमन्नाद्यायादधे। अग्नि दूतं पुरोदधे हव्यवाहमुपब्रुवे। देवांऽआसादयादिह। ॐ अग्नये नमः। अग्निं आवाहयामि स्थापयामि। इहा गच्छ इह तिष्ठ।'

अग्नि प्रदीपन

इसके पश्चात् काष्ठ-कपूर आदि रखकर निम्नलिखित मन्त्र का उच्चारण करते हुए अग्नि को प्रदीप्त करें—

'ॐ उद् बुध्यस्वागने प्रति जागृहि त्वमिष्टा पूर्ते स ओ३म् स्त्रजेवामय च। अस्मिन्त्सवस्थे अध्युत्तरस्मिन् विश्वेदेवा

यजमानश्च सीप्दत।'

समिधाधान

फिर निम्नलिखि चार मन्त्रों का उच्चारण करे हुए आठ-आठ अगुल की पलाशादि को चार समिधाओं को घी में डुबोकर क्रमश एक-एक करके अग्नि में डालें—

१. ॐ अयन्त इध्म आत्मा जातवेदस्तनेध्यस्व वर्धस्व। चेद् वर्धय चास्मान् प्रजया। पशुभिर्ब्रह्मवर्चसे नान्नाद्येत समेधय स्वाहा। इदमग्नये जातवेदसे इदं नमम।

२. ॐ समिधाग्निं दुवस्यत धृतैर्बोधयता तिथिम् अस्मिन् हव्या जुहोतन, स्वाहा। इदमग्नये इदं न मम।

३. ॐ सुसमिद्धाय शोचिषे धृतं तीव्र जोहतन। अग्नये जात वेदसे स्वाहा। इदमग्नये जातवेदसे इदं न मम।

४. ॐ तं त्वा समिद्‌भिरगिरो घ्तेन वर्धयामसि। बृहच्छोचा यविष्ठ्य स्वाहा। इदमग्नयेऽअगिरसे इदंन मम।

जल-प्रसेचन

इसके पश्चात् अंजलि में जल लेकर, उसे हवनकुण्ड की पूर्व

आदि कि चारों दिशाओं में निम्नलिखित मन्त्रों का उच्चारण करते हुए छोड़े—

'ॐ आदित्येऽनुमन्यस्व।' इति पूर्वे

'ॐ अनुमतेऽनुमन्यस्व।' इत पश्चिमे

'ॐ सरस्वत्यनुमन्यस्व।' इति उत्तरे

'ॐ देवसवितः प्रसुव यज्ञं प्रसुव यज्ञ पतिं भगाय। दिव्यो गन्धर्वः केतवूः केतं न पुनातु वाचस्पति र्वाचं न स्वदतु।'

इससे यज्ञ कुण्डली के चारों ओर जल छिड़कें।

आज्याहुति होम

इसके पश्चात् नीचे लिखी हुई सात आहुतियाँ केवल घृत से देनी चाहिए तथा स्रुवा (घी छोड़ने के चम्मच) से बचे हुए घृत को 'इदं न मम', का उच्चारण करते हुए 'प्रणीता' (जल से भरी हुई कटोरी) में टपकाते जाना चाहिए। प्रणीता में टपकाया हुआ यही घृत बाद में अवघ्राण के काम आता है।

घृत की आहुतियों के मन्त्र इस प्रकार हैं—

१. 'ॐ प्रजापतये स्वाहा। इदं प्रजापतये इदं न मम।'

२. 'ॐ इन्द्राय स्वाहा। इदमिन्द्राय इदंन मम।'

३. 'ॐ अग्नये स्वाहा। इदमग्नये इदं न मम।'

४. 'ॐ सोमाय स्वाहा। इदं सोमाय इदं न मम।'

५. 'ॐ भूः स्वाहा। इदमग्नये इदं न मम।'

६. 'ॐ भुवः स्वाहा। इदं वायवेइदं न मम।'

७. 'ॐ स्वः स्वाहा। इदं सूर्यायइदं न मम।'

इसके पश्चात् और जितनी भी अधिक आहुतियाँ देनी हों, उन्हें गायत्री-मन्त्र का उच्चारण करते हुए देना चाहिए। आहुतियाँ देते समय गायत्री मन्त्र का उच्चारण नीचे लिखे अनुसार करना चाहिए—

'ॐ भूर्भुवः स्वः। तत्सवितु र्वरेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि। धियो यो नः प्रचोदयात्। इदं गायत्र्यै इदं न मम।'

स्विष्ट कृत होम

गायत्री मन्त्रों द्वारा आहुति देते समय यदि हवन-कर्त्ता दो व्यक्ति हों तो एक को हवन-सामग्री तथा दूसरे को घृत की आहुति देनी चाहिए।

गायत्री-मन्त्र की आहुतियाँ पूर्ण हो जाने के पश्चात् मिष्टान्न, खीर, हलुआ आदि-आदि मीठे पदार्थों की एक आहुति अग्रलिखित मन्त्र का उच्चारण करते हुए देनी चाहिए—

'ॐ यदस्य कर्मणो त्यरीरिचं यद्वान्यून मिहाकरं अग्निष्टत् स्विष्ट कृद्विद्यात्सर्वं सुहुतं करोतु मे। अग्नये स्दिष्ट कृते सुहुतहुते सर्वप्रायश्चित्ताछ्तीनां कामानां समर्धयित्रे सर्वान्नः कामान् समर्धय स्वाहा। इदमग्नये स्विष्टकृते इदन्न मम।'

पूर्णाहुति

इसके पश्चात् स्रुवा में नारियल अथवा सुपारी को धृत सहित रखकर निम्नलिखित मन्त्रों का उच्चारण करते हुए पूर्णाहुति देनी चाहिए—

'ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात् पूर्णमुदच्यते।
पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवाव शिष्यते॥ १॥
ॐ पूर्ण दिर्वि परपत सुपूर्णा पुनरापत।
वस्नेव विक्रीणा वहाऽइष मूजं ꣳ शतक्रतो स्वाहा॥ २॥
ॐ सर्वं वै पूर्ण ꣳ स्वाहा।'

वसोधारा

इसके पश्चात् स्रुवा (चम्मच) में घृत भरकर निम्नलिखित मन्त्र का उच्चारण करते हुए घृत की धार बाँधकर हवन कुण्ड में छोड़ना चाहिए—

'ॐ वसोः पवित्रमसि शतधारं वसोः पवित्रमसि सहस्रधारम्। देवस्त्वा सविता पुनातु वसोः पवित्रेण शतधारेण सुप्त्वा कामधुक्षः स्वाहा।'

आरती

इसके पश्चात् निम्नलिखित मन्त्रों का उच्चारण करते हुए आरती करें—

ॐ यं ब्रह्म वेदान्त विदो वदन्ति
परमं प्रधानं पुरुषस्तथान्ये।
विश्वोद्गते कारणमीश्वरं वा
तस्मै नमो विघ्न विनाशनाय॥ १॥
ॐ यं ब्रह्मा वरुणेन्द्ररुदमरुतः
स्तुन्वन्ति दिव्यैः स्तवै

वेंदैः साङ्गपदक्रमोपनिषदै
गायन्ति यं सामगाः।
ध्यानावस्थित तद्गतेन मनसा
पश्यन्ति यं योगिनो।
यस्यान्तं न विदुः सुरासुरगणा
देवाय तस्मै नमः ॥ २ ॥

घृत अवघ्राण

आरती के पश्चात् प्रणीता में टपके हुए घृत को हथेलियों से लगाकर, उन्हें अग्नि पर सेकें। फिर उन्हें सूँघ कर मुँह, नाक आदि से लगाये तथा इस मन्त्रों का उच्चारण करता जाए—

'ॐ तनूपा अग्नेसि तन्वमे पाहि।
ॐ आयुर्दा अग्नेऽस्यायुर्मे देहि।
ॐ वर्चोदा अग्नेसि वर्चो मे देहि।
ॐ अग्ने यन्मे तन्वा अनन्तन्म अपृण।
ॐ मेधां मे देवः सविता आदधातु।
ॐ मेधां मे देवी सरस्वती आदधातु।
ॐ मेधां मे अश्विनौ देवा वाधतां पुष्कर स्रजो।'

भस्मधारण

इसके पश्चात् स्रुवा से यज्ञ की भस्म लेकर उसे अनामिका उंगली द्वारा, निम्नलिखित मन्त्रों का उच्चारण करते हुए ललाट, ग्रीव, दक्षिण बाहुमूल तथा हृदय पर लगायें—

'ॐ त्र्यायुषं जमदग्नेरिति ललाटे।
ॐ कश्यपस्य त्र्यायुषमितिग्रीवायाम्।
ॐ यद्देवेषु त्र्यायुषमिति दक्षिण बाहुभूले।
ॐ तन्नो अस्तु त्र्यायुषमिति हृदि।'

प्रदक्षिणा

इसके पश्चात् निम्नलिखित मन्त्र का उच्चारण करते हुए यज्ञ कुण्ड की प्रदक्षिणा करे—

'यादि कानि च पापानि जन्मान्तर कृतानि च।
तानि तानि विनश्यन्ति प्रदक्षिणां पदे पदे॥'

विसर्जन

प्रदक्षिणा के उपरान्त निम्नलिखित मन्त्रों का उच्चारण करते हुए यज्ञ-भगवान् का विसर्जन करे—

'गच्छत्वं भगवन्नग्ने स्वस्थाने कुण्ड मध्यत:।
हुतामदाय देवेभ्य: शीघ्रं देहि प्रसीद मे॥ १॥
गच्छ गच्छ सुरश्रेष्ठ स्वस्थाने परमेश्वर:।
यत्र ब्रह्मादयो देवास्तत्र गच्छ हुताशन॥ २॥
यान्तु देवगणा: सर्वे पूजामादाय मामकीम्।
इष्टकाम समृद्ध्यर्थं पुनरागमनाय च॥ ३॥'

गायत्री-विसर्जन

जो महानुभाव दैनिक-हवन न करना चाहें, वे गायत्री जप पूरा करने के पश्चात् निम्नलिखित मन्त्र का उच्चारण करते हुए माता गायत्री का विसर्जन करें—

'उत्तमे शिखरे देवि भूम्यां पर्वत मूर्धनि।
ब्राह्मणेभ्यो ह्यनुज्ञाता गच्छ देवि यथासुखम्॥'

पूजा के समय रखे गए जलपात्र के जल को सबसे अन्त में सूर्य नारायण को अर्घ्य के रूप में चढ़ा देना चाहिए तथा पूजा-सामग्री चावल-नैवेद्य आदि को चिड़ियों के लिए डाल देना चाहिए। पुष्प आदि का किसी नदी अथवा सरोवर में विसर्जित कर देना

चाहिए।

जो लोग दैनिक सन्धोपासना करते हों, उन्हें सन्ध्योपासना के समय में ही गायत्री मन्त्र का इच्छित संख्या में जप कर लेना चाहिए। उन्हें अलग से जप करने की आवश्यकता नहीं है।

चौबीस प्रकार की गायत्री

पुराण तन्त्रादि ग्रन्थों में विभिन्न देवी-देवताओं की उपासना के लिए सैंकड़ों प्रकार के गायत्री मन्त्रों का वर्णन पाया जाता है। उनमें २४ प्रकार के गायत्री मन्त्र मुख्य माने जाते हैं। यद्यपि प्रस्तुत ग्रन्थ का विषय मूल-गायत्री मन्त्र की उपासना से ही सम्बन रखता है, परन्तु पाठकों की जानकारी के लिए यहाँ पर उक्त २४ गायत्री-मन्त्रों का उल्लेख भर किया जा रहा है। इन गायत्री-मन्त्रों की उपासना-विधि का ज्ञान ऐतद्विषयक ग्रन्थों के अनुशीलन द्वारा प्राप्त कर लेना चाहिए।

मूल गायत्री—**'ॐ भूर्भुव स्वः। तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि। धियो यो नः प्रचोदयात्।'**

१. **श्री राम गायत्री**—'ॐ दाशरथाय विद्महे सीतावल्लभाय धीमहि तन्नो रामः प्रचोदयात्।'

२. **श्री सीता गायत्री**—'ॐ जनक नन्दिन्यै विद्महे भूमिजायै धीमहि तन्नः सीता प्रचोदयात्।'

३. **श्री लक्ष्मण गायत्री**—'ॐ दशरथाय विद्महे उर्मिला प्रियाय धीमहि तन्नो लक्ष्मणः प्रचोदयात्।'

४. **श्री हनुमान् गायत्री**—'ॐ अजनी सुताय विद्महे वायुपुत्राय धीमहि तन्नो हनुमान् प्रचोदयात्।'

५. **श्री कृष्ण गायत्री**—'ॐ देवकीनन्दनाय विद्महे वासुदेवाय धीमहि तन्नः कृष्णः प्रचोदयात्।'

६. **श्री राधा गायत्री**—'ॐ वृषभानुजायै विद्महे कृष्ण प्रियायै धीमहि तन्नो राधा प्रचोदयात्।'

७. **श्री नारायण गायत्री**—'ॐ नारायणाय विद्महे वासुदेवाय धीमहि तन्नो नारायणा प्रचोदयात्।'

८. **श्री गोपाल गायत्री**—'ॐ गोपालाय विद्महे गोपीजनवल्लभाय धीमहि तन्नो गोपाला प्रचोदयात्।'

९. श्री हयग्रीव गायत्री—'ॐ नारायणाय विद्महे वासुदेवाय धीमहि तन्नो विष्णु प्रचोदयात्।'

१०. श्री नृसिंह गायत्री—'ॐ उग्रह नृसिंहाय विद्महे वज्रनखाय धीमहि तन्नो नृसिंह प्रचोदयात्।'

११. श्री गरुड़ गायत्री—'ॐ तत्पुरुषाय विद्महे स्वर्णपक्षाय धीमहि तन्नो गरुड़ प्रचोदयात्।'

१२. श्री तुलसी गायत्री—'ॐ श्री तुलस्यै विद्महे विष्णु प्रियायै धीमहि तन्नो वृन्दा प्रचोदयात्।'

१३. श्री सरस्वती गायत्री—'ॐ सरस्वत्यै विद्महे ब्रह्म पुत्र्यै धीमहि तन्नो देवी प्रचोदयात्।'

१४. श्री शिव गायत्री—'ॐ तत्पुरुषाय विद्महे महादेवाय धीमहि तन्नः शिवः प्रचोदयात्।'

१५. श्री गौरी गायत्री—'ॐ गिरिजायै विद्महे शिव प्रियायै धीमहि तन्नो गौरी प्रचोदयात्।'

१६. श्री हंस गायत्री—'ॐ परमहंसाय विद्महे महाहंसाय धीमहि तन्नो हंसः प्रचोदयात्।'

१७. **श्री सूर्य गायत्री**—'ॐ भास्कराय विद्महे दिवाकराय धीमहि तन्नः सूर्यः प्रचोदयात्।'

१८. **श्री चन्द्र गायत्री**—'ॐ क्षीरपुत्राय विद्महे अमृततत्त्वाय धीमहि तन्नश्चन्द्रः प्रचोदयात्।'

१९. **श्री परशुराम गायत्री**—'ॐ जामदग्न्याय विद्महे महावीराय धीमहि तन्नः परशुरामः प्रचोदयात्।'

२०. **श्री गुरु गायत्री**—'ॐ परब्रह्मणे विद्महे गुरुदेवाय धीमहि तन्नो गुरुः प्रचोदयात्।'

२१. **श्री अग्नि गायत्री**—'ॐ महज्ज्वालाय विग्रहे अग्निदेवाय धीमहि तन्नोऽग्निः प्रचोदयात्।'

२२. **श्री विष्णु गायत्री**—'ॐ नारायणाय विद्महे वासुदेवाय धीमहि तन्नो विष्णु प्रचोदयात्।'

२३. **श्री जल गायत्री**—'ॐ जय बिम्बाय विद्महे नीलपुष्पाय धीमहि तन्नो अम्बु प्रचोदयात्।'

२४. **श्री गणेश गायत्री**—'ॐ गौरीपुत्राय विद्महे विघ्नराजाय धीमहि तन्नो गनेशा प्रचोदयात्।'

गायत्री पाठ ही कल्याण मार्ग है

इस दुःख से भरे संसार में हर व्यक्ति किसी-न-किसी रूप से चिन्ता की सागर में डूबा नजर आता है। हम चिन्ता के मारे घुट-घुट कर तो मरे जा रहे हैं। परन्तु इस चिन्ता का कारण तलाश नहीं करते, लाखों लोग इस चिन्ता के कारण रातों को सो नहीं सकते, प्राकृतिक निद्रा, उनसे रुस जाती है तो वे नींद की दवाई लेकर सोने को प्रयास करते हैं।

चिन्ता तो चिता समान है। इस चिन्ता से कैसे बचा जाए?

यही प्रश्न बार-बार लोगों के सामने आता है। किन्तु इसका उत्तर उनके पास कुछ नहीं और मैं यह भी जानता हूँ कि इस चिन्ता की दवा भी किसी डॉक्टर, वैद्य, हकीम के पास नहीं है। इसका कोई भी उपचार नहीं है।

इसका एकमात्र उपचार यदि कोई है तो वह केवल गायत्री पाठ ही है। जो लोग विधि पूर्वक इस पाठ को करते हैं। उनके मन को शान्ति अवश्य मिलेगी। जैसा कि इस पुस्तक में आपने

पढ़ा है कि भागवत पुराण में नारद जी ने भगवान् नारायण से भी यही प्रश्न पूछा था कि—

प्रभु, मुझे मन की शान्ति के लिए कोई मार्ग बताएँ शान्त पाठ का जो वर्णन, प्रभु श्री विष्णु भगवान अपने मुख से किया है। उसी गायत्री पाठ से आप सब को शान्ति मिल सकती है।

शान्ति खरीदी नहीं जाती, न ही अशान्त मन को शान्त करने की कोई दवाई इस विश्व में बनी है। लाखों करोड़ें खर्च करके भी जिस शान्ति को आप प्राप्त नहीं कर सकते उसे केवल गायत्री पाठ से ही प्राप्त कर लेंगे।

जैसा कि आपको इस पुस्तक के प्रारम्भ में ही गायत्री मन्त्र के बारे में विस्तार पूर्वक बता दिया गया है। उस पाठ के साथ-साथ आपको गायत्री न्यास का भी पाठ प्रारम्भ करना होगा।

गायत्री पाठ के बारे में महर्षि नारद जी ने कहा है—

"गायत्री को भक्ति का प्रतिरूप ही समझना चाहिए। जहाँ पर भक्ति स्वरूप गायत्री का निवास रहता है। वहाँ पर भगवान

का निवास होने में किसी को भी सन्देह नहीं हो सकता।''

नारद जी, के इन विचारों से मैं पूर्ण रूप से सहमत हूँ। गायत्री पाठ द्वारा आप केवल मन की शान्ति को नहीं प्राप्त करते, बल्कि आपकी हर मनोकामना भी पूरी होती है। गायत्री को किसी धर्म विशेष के लिए नहीं माना गया। यह तो पूरे विश्व के लिए शान्ति का सन्देश लेकर आई है। पूरी मानवता के कल्याण के एकमात्र साधन है।

अब हम जब इस पवित्र गायत्री मन्त्र के पाठ को सम्पूर्ण करने जा रहे हैं तो एक बार फिर से इसकी पूर्ण आहुति डालते हुए यह जान लें कि इस गायत्री मन्त्र के दस संस्कार इस प्रकार से हैं—

१. जनन, २. दीपक, ३. बोधन, ४. ताड़न, ५. अभिषेक, ६. विमलीकरण, ७. जीवन, ८. तर्पण, ९. गोपन, १०. अप्यान।

यह दस संस्कार शीघ्र एवं विशेष सिद्धि प्राप्ति के लिए करने जरूरी हैं। इसके साथ ही गायत्री न्यास का पाठ भी उतना ही आवश्यक माना गया है।

गायत्री न्यास

गायत्र्याः विश्वामित्र ऋषये नमः शिरसि।

गायत्री छन्दसे नमः।

परमात्मदेवतायै नमः हृदये।

ऊों भूः नमः हृदये, ऊों भुव नम मुखे।

ऊों स्व नमः दक्षासे।

ऊों महः नमः वामांसे।

ऊों जनः नमः दक्षिणोरौ।

ऊों तपः नमः वामोरौ।

ऊों सत्यं नमः जठरे।

ऊों तत् नमः गुल्फयोः।

ऊों सं नमः पादपार्श्वयो।

ऊों त्रिंनमः जान्वोः।

ऊों तु नमः पाद मुखयोः व नमः जंघयोः।

रे नमः नाभै।

णीं नमः हृदये।

मः नमः कण्ठे।

भं नमः हस्तयोः।
गो नमः मधिवन्धयोः।
दे नमः कूर्पयोः।
वं नमः वा हुमूलयोः।
स्यं नमः आस्ये, धींनमः नासापुटयोः।
मै नमः कपोलयोः।
हिं नमः नेत्रयोः।
धिं नमः कर्णयोः।
यों नमः भूमध्ये।
यों नमः मस्तके।
न नमः पश्चिमवक्त्रे।
दः नम पूर्ववक्त्रे।
यात् नमः ऊर्ध्व वक्त्रे।

पद न्यास

उों तत् नमः शिरसि।
सवितुर्नमः भुवोमध्ये।
वरेण्य नमः नेत्रयोः।

भर्गो नमः मुखे।
देवस्य नमः जठरे।
धीमहि नमः हृदये।
धियः नमः नाभौ।
यः नमः गुह्ये नः नमः जान्वोः।
प्रचोदयात् नमः पादयोः।
आपोज्योतिरसोऽमतं ब्रह्मभुर्भुवः।
स्वरोम् शिरसि।

पा न्यासः

उों तत्सवितुर्वरेणम् नमःनाभ्यादिपाद पर्यन्तम्।
ओं भर्गोदेवस्य धीमहिनमः हृदयादिनाम्यतम्।
उों धियो योनः प्रचोदयात् मूर्घादिहृदयान्तम्॥
परो रजसे सार्वदोम् इति मूर्ध्नि विन्यस्यः।

खडगन्यासः

ॐ ब्रह्मणे ह्मदयाय नमः।
विष्णवे शि से स्वाहा रुद्रायशिखायै
वष्ट्रईश्वरायकवचनाय हुम्।

सदाशिवाय नेत्र त्रायय वौषट्।

सर्वात्मने अस्त्रत्य फट।

मातृका न्यासः

अं कं ख गं घं ङं आं अगुष्ठाभ्यां नमः।

इं चं छं जं झं ञं ई तर्जनीभ्यां स्वाहा।

उ टं ठं डं ढं णं मध्यमाभ्यां वषट्।

ए तं थ दं धं नं ऐ अनामिकाभ्याँ हुम्।

ओं पं फं बं भं मं औं कनिष्ठिकाभ्यां बोष्ट

अ य रं लं वं शं षं सं ह लँ क्ष अः करतल

पृष्ठाभ्याँ अस्त्राय फट।

लंयागं न्यासः

ओं अं आं इं ई उं ऊं ऋं ॠं लृं लं एं ऐ ओं औं अं अः कं खं गं घं डं चं छं जं झं ञं टं ठं डं ढं णं तं थं दं धं नं पं फं बं भ मं यं रं लं वं शं षं सं हं लं क्षं ओं भूर्भुवः स्वः

तत्सवितुर्वेण्यं भर्गोदेवस्य धीमहि धियो योनः प्रचोदयात्, क्ष लं हं सं षं शं वं लं रं यं मं भं बं फं पं नं धं दं थं तं ण ढं डं ठं ट ञं झं जं छं चं ङं घं गं खं कं अः अ औं

ओं ऐं एं लृं ॠं ॠं ऊं उं ई इ आ अ। त् यादचोप्र नयो योधिहिमधी स्वयं देर्गोभण्यं रेर्बतु वित्सत स्वः वःर्भ भूः डों हृदयादि मुखान्तम्।

पाठ न्यास

ओं म मण्डूकाय नमः मूलाधारे।

क कलाग्निरुद्राय नमः स्वाधिष्ठाने।

म मूलप्रकृत्ये नमः नाभौ।

आँ आधार शक्त्ये नमः हृदये।

क कूर्माय नमः।

व वराहाय नमः।

ध धरिण्यै नमः।

स सुधा सिन्धवे नमः।

र रत्नद्वीपाय नमः।

म मणि मण्डपाय नमः।

क कल्प बृक्षाय नमः।

स्वः स्वर्ण वेदीकायै नमः।

र रत्न सिंहासनाय नमः दक्षासे ध धर्माय नमः वामाँसे।

ज्ञाँ ज्ञानाय नमः वामा राग्याय नमः दक्षोरौ।

ऐं ऐश्वर्याय नमः मुखे।

अ अधर्माय नमः वामपार्श्वे।

अ अज्ञानाय नमः दक्षपार्वे।

अ अवैंरागयाय नमः नाभौ।

अ अनन्ताय नमः उपर्य्यु परि विन्यसेत।

अ अम्बुजाय नमः।

सं संविन्यासाय नमः।

स सर्वतत्वात्मकाय पद्माय नमः।

प्र प्रकृतिमय पत्रेभ्यो नमः।

बिं विकारमय केशरेभ्य नमः।

यं पञ्चाशद्वर्णकर्णिकायै नमः।

ब द्वादश कलात्मने सूर्यमण्डलाय नमः।

व षोडस कलात्मने चन्द्र मण्डलाय नमः।

सं सर्वात्मने नमः रं रजसे नमः।

प परमात्ने नमः।

ह्राँ दीप्तयै नमः।

ह्रीं सूक्ष्मायै नमः।
ह्राँ विद्युतायै नमः।
पीठ मध्ये सर्वतो मुख्यै नमः।
ब्रह्म विष्णु रुद्राँविकात्मकाय सौर पीठात्मने नमः।

न्यास कर गायत्री जप करें तत्पश्चात् बिसर्जनादि पूर्बवत् करें। गायत्री (तर्पण) पाठ करें। यह न्यास आमतौर पर आम लोगों के लिये नहीं है, कहीं आप लोग यह न समझें कि इसके बिना पाठ नहीं लगेगा। यदि आप सक्षम ही पाये तभी करें क्योंकि जरा सी भी त्रुटि पाठ का उचित फल प्रदान नहीं करेगी।

श्री गायत्री चालीसा पाठ

॥ दोहा ॥

जयति-जयति अम्बे जयति, जय गायत्री देवी।
ब्रह्मज्ञान धारणि हृदय, आदिशक्ति सुरसेवी॥

॥ चौपाई ॥

जयति जयति गायत्री अम्बा, काटहु कष्ट न करहु विलंबा।
तब ध्यावत विधि विष्णु-महेशा, लहत अगम सुख शांति हमेशा।
तुहि जन ब्रह्मज्ञान उर धारणी, जगतारणि भव मुक्ति प्रसारणी॥

॥ दोहा ॥

ह्री, श्रीक्लीं मेधा, प्रभा, जीवन ज्योति प्रचंड।
जगतक्राँति, जागृति, प्रगति, रचनाशक्तिअखंड॥
प्रणवों सावित्री, स्वाहा पूरन काम।
शांति जननि, मङ्गल करनि, गायत्री सुखधाम॥

॥ चौपाई ॥

भूर्भुवः स्व ॐ युत जननी। गायत्री नित कलिमल दहनी॥
अक्षर चौबीस परम पुनीता। इसमें बसे शास्त्र, श्रुति, गीता॥
शाश्वत सतोगुणी सतरूपा। सत्य सनातन सुधा अनूपा॥
हंसारूढ़ पीताम्बर धारी। स्वर्ण कांति शुचि गगन बिहारी॥
पुस्तक, पुष्प, कमण्डलु, माला। शुभ वर्ण तनु नयन विशाला॥
ध्यान धरत पुलकित हिय होई। सुख उपजत, दुःख-दुरमति खोई॥
कामधेनु तुम सुर तरु छाया। निराकार की अद्‌भुत माया॥
तुम्हारी शरण गहै जो कोई। तरै सकल संकट सों सोई॥
सरस्वती लक्ष्मी तुम काली। दिपै तुम्हारी ज्योति निराली॥
तुम्हारी महिमा पार न पावैं। जो शारद शतमुख गुण गावैं॥

चार वेद की मातु पुनीता। तुम ब्रह्माणी गौरी सीता॥
महामन्त्र जितने जग माहीं। कोऊ गायत्री सम नाहीं॥
सुमिरत हिय में ज्ञान प्रकासै। आलस पाप अविध्या नासै॥
सृष्टि बीज जग जननि भवानी। कालरात्रि वरदा कल्याणी॥
ब्रह्मा विष्णु रुद्र सुर जेते। तुम सों पावें सुरता तेते॥
तुम भक्तन की भक्त तुम्हारे। जननिहिं पुत्र प्राण ते प्यारे॥
महिमा अपरम्पार तुम्हारी। जय जय जय त्रिपदा भयसारी॥
पूरित सकल ज्ञान विज्ञाना। तुम सम अधिक न जग में आना॥
तुमहि जान कछु रहै न शेषा। तुमहिं पाय कछु रहै न क्लेशा॥
जानत तुमहिं तुमहिं हवैजाई। पारस परसि कुधातु सुहाई॥
तुम्हारी शक्ति दिपै सब ठाई। माता तुम सब ठौर समाई॥
ग्रह नक्षत्र ब्रह्माण्ड घनेरे। सब गतिवान तुम्हारे प्रेते॥
सकल सृष्टि की प्राण विधाता। पालक, पोषक, नाशक, त्राता॥
मातेश्वरी दया व्रत धारी। तुम सन तेरे पातकी भारी॥
जापर कृपा तुम्हारी होई। तापर कृपा करे सब कोई॥
मन्द बुद्धि ते बुधि बल पावै। रोगी रोग रहित हवै पावें॥
दारिद मिटै, कटे सब पीरा। नाशै दुःख हरै भव भीरा॥

गृह क्लेश चित चिन्ता भारी। नासै गायत्री भय हारी॥
सन्तति हीन सुसन्तति पावें। सुख सम्पति युत मोद मनावें॥
भूत पिशाच सबै भय खावें। यम के दूत निकट नहिं आवें॥
जो सधवा सुमिरे चित लाई। अछत सुहाग सदा सुखदाई॥
घर वर सुखप्रद लहैं कुमारी। विधवा रहें सत्यव्रत धारी॥
जयति जयति जगदंब भवानी। तुम सम और दयालु न दानी॥
जो सद्‌गुरु सों दीक्षा पावें। सो साधन को सफल बनावें॥
सुमिरन करें सुरुचि बड़ भागी। लहै मनोरथ गृही विरावी॥
अष्ट सिद्धि नवनिधि की दाता। सब समर्थ गायत्री माता॥
ऋषि, मुनि, यति, तपस्वी, योगी। आरत, अर्थी, चिन्तत, भोगी॥
जो जो शरण तुम्हारी आवें। सो सो मन वांछित फल पावै॥
बल, बुधि, विद्या, शील स्वभाऊ। धन, वैभव, यश, तेज, उछाऊ॥
सकल बढ़ें उपजें सुख नाना। जो यह पाठ करै धरि ध्याना॥

॥ दोहा ॥

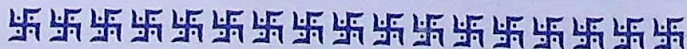
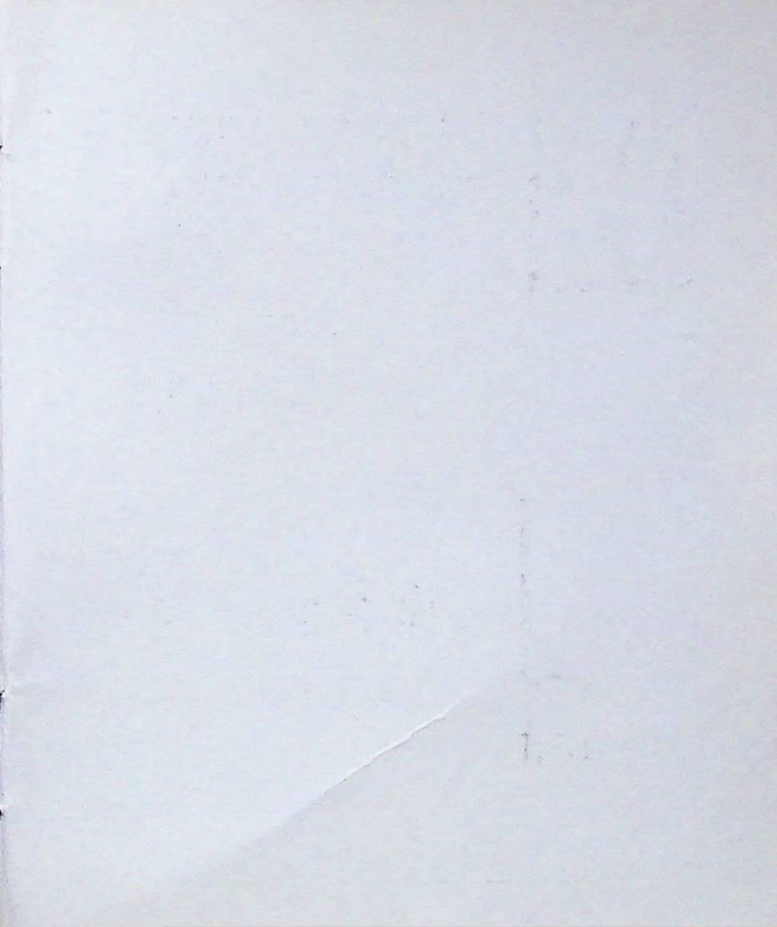
यह चालीसा भक्ति युत, पाठ करें जो कोय।
तापर कृपा प्रसन्नता, गायत्री की होय॥

आरती

आरती श्री गायत्री जी की।
ज्ञान के दीप और श्रद्धा की बाती,
सो भक्ति हो पूर्ति करे जह घी की॥ आरती...
मानस के शुचि थाल के ऊपर,
देवी की ज्याति जगै जह नीकी॥ आरती...
शुद्ध मनोरथ के जहाँ घण्टा,
बाजै, करैं पूरी आसहु ही की॥ आरती...
जाके समक्ष हमें तिहुं लोक की,
गद्दी मिलै तबहूं लगे फीकी॥ आरती...
आरती प्रेम नेम सौं जो करि,
ध्यावहिं मूरति ब्रह्म लली की॥ आरती...
संकट आवैं न पास कबौं तिन्हें,
सम्पदा औ सुख की बनै लीकी॥ आरती...

पूजा प्रकाशन

(सदर स्टेशन के बराबर में मस्जिद के बाहर) पुल कुतुब रोड, सदर बाजार, दिल्ली

☎ 3626450, 3625241

श्री महामृत्युञ्जयजप मंत्र

ॐ ह्रौं ॐ जूं सः भूर्भुवः स्वः त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिंपुष्टिवर्धनम्। उर्व्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीय मामृतात् भूर्भुवः स्वरों जूं सः ह्रौं ॐ।

यात्रा में स्मरण करने का मंत्र

यः स्मरेत्तुलसी सीता रामं सौमित्रिणा सह!
कार्यं कृत्वा रिपून्जित्वा क्षेमेणायाति वै नरः!!

लक्ष्मी की प्राप्ति के लिए

ॐ श्रीं श्रियै नमः स्वाहा!

भेटकर्ता